

Al-Tadzkiyyah

Jurnal Pendidikan Agama Islam

التذكية



DITERBITKAN OLEH:

JURUSAN PENDIDIKAN AGAMA ISLAM

FAKULTAS TARBIYAH IAIN RADEN INTAN LAMPUNG

Al-Tadzkiyyah

Jurnal Pendidikan Agama Islam

DEWAN REDAKSI

Pengarah

Dekan Fakultas Tarbiyah IAIN Raden Intan Lampung
Prof. Dr. Hi. Syaiful Anwar, M.Pd

Penanggung Jawab

PD I Fakultas Tarbiyah IAIN Raden Intan Lampung
Drs. Hi. Alinis Ilyas, M.Ag

Pemimpin Redaksi

Dra. Istihana, M.Pd

Redaktur Pelaksana

Saiful Bahri, M.Pd.I

Anggota Redaksi

A. Fatoni, M.Pd.I

Sauri, S.J.Kom

Sunarto, S.Pd.I

Tim Ahli

Dr. Syamsuri Ali, M.Ag

Dr. Deden Makbullah, M.Ag

Tata Usaha / Publikasi

Drs. Abdurrahman Simpi

Ahmad Syukri, SE., MM

Alamat Redaksi

Jurusan Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah IAIN Raden Intan Lampung

Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung

Telp. 0721-780887 / Fax. 0721-780442

Al-Tadzkiyyah

Jurnal Pendidikan Agama Islam

Vol. 4, Juni 2012

Daftar Isi

Model Pengembangan Pendidikan Agama Islam (PAI) Berbasis Bina Imtak Di Sekolah Menengah Atas

Syaiful Anwar 1__22

Dinamika Pesantren Sebagai Sub Sistem Pendidikan Nasional

Istihana 23__38

Konsep Ilmu Dan Metode Pendidikan Perspektif Abu Hamid Al-Ghazali

A. Fatoni 39__54

Komersialisasi Pendidikan

Imam Syafe'i 55__76

Karat-Karat Pendidikan

Zulhanan 77__90

Metode Pendidikan Jiwa Perspektif Al-Qur'an

M. Akmansyah 91__107

Pemberdayaan dan Pengembangan PAI Di Sekolah

Sunarto 108__127

METODE PENDIDIKAN JIWA PERSPEKTIF AL-QUR'AN

M. Akmansyah

Fakultas Tarbiyah IAIN Raden Intan Lampung

Abstrak

In the Qur'an, Allah (s.w.t.) has described at least 3 main types of the Nafs. And these are in rank from the worse to better: *Nafs al-Ammara Bissu'* (the Nafs that urges evil), *Nafs al-Lawwama* (the Nafs that Blames) and *Nafs al-Mutma'inna* (the Nafs at Peace). Sa'id Hawwa says regarding these Nafs: "Depending upon its condition, the Nafs exist in multidimensional. When the Nafs is tranquil because of obeying Allah, and the soul opposes its desires, this soul is known as Nafs al-Mutma'inna. Regarding this, Allah has spoken about it in the Qur'an (89:27-28). But if the soul does not attain peace with itself, rather being exposed to desires, then such soul is known as the Nafs al-Lawwama because this soul reproaches its owner due to the owner's carelessness in fulfilling out Allah's wishes - Qur'an (75:2). More so, if the soul submits to lusts and allows itself to be seduced by Shaytan, such a soul is known as Nafs al-Ammara Bissu'. Allah tells the story about the wife of al-Aziz (Zulaikha) in Qur'an (12:53). (Sa'id Hawwa, *Tarbiyatunâ al-Rûhiyah*, Cairo: Dâr al-Salâm, 1408, pg. 32).

Kata Kunci: *al-Qur'an, nafs, aqidah dan ibadah.*

A. Pendahuluan

Belajar pada prinsipnya merupakan suatu proses di mana berlangsung perubahan pikiran, kecenderungan, kebiasaan dan tingkah laku. Belajar yang efisien sangat bergantung atau dipengaruhi oleh iklim belajar (*learning climate*) yang mencakup keadaan fisik, sosial dan mental siswa, minat, sikap, nilai-nilai, sifat-sifat kepribadian, kecakapan-kecakapannya, dan sebagainya.

Dalam menciptakan iklim yang kondusif untuk belajar, maka para calon pendidik biasanya dibekali pengetahuan tentang kejiwaan, yang diharapkan dapat membantu mereka untuk menciptakan terjadinya iklim dan proses belajar-mengajar yang efektif dan efisien. Disiplin ilmu yang secara khusus berusaha menjelaskan masalah-masalah belajar yang dialami individu dari sejak lahir hingga berusia lanjut, terutama yang menyangkut kondisi-kondisi kejiwaan yang mempengaruhi belajar, dikenal dengan ilmu jiwa pendidikan (*educational*

psychology).⁴⁸ Namun, dalam memahami realitas diri manusia, ilmu jiwa modern—termasuk ilmu jiwa pendidikan—umumnya, mengadopsi metode ilmu-ilmu fisika. Mereka membatasi diri pada pengkajian gejala jiwa yang dapat diamati (*empirik*), dan berusaha menghindari penelitian tentang substansi jiwa itu sendiri, sehingga yang mendominasi adalah sudut pandang materialistik.⁴⁹

Untuk memahami substansi jiwa manusia yang haiki, diperlukan keterangan dari yang menciptakan jiwa itu. Al-Qur'an, kalam Allah, banyak menyoroti substansi jiwa manusia dan tabiatnya serta berbagai kondisi psikisnya. Ia juga menjelaskan berbagai jalan mendidik dan mengarahkan jiwa dan menawarkan berbagai terapi bagi problem yang dihadapinya.

Oleh karena itu, keingintahuan akademis penulis (*academic curiosity*) terdorong untuk memfokuskan pembahasannya pada metode pendidikan jiwa perspektif al-Qur'an. Dengan menggunakan metode tematik dalam mengemukakan pandangan al-Qur'an tentang jiwa, faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan, dan bagaimana metode pendidikan jiwa menurut al-Qur'an, diharapkan akan jelas pendidikan jiwa perspektif al-Qur'an.

B. Pembahasan

1. Jiwa sebagai Fitrah

a) Jiwa Menurut Term Nafs

Al-Qur'an menyebut *nafs* dalam bentuk-bentuk kata jadian: نفْس، أنْفُس، تنَفُس. Dalam bentuk mufrad, *nafs* disebut 77 kali tanpa idlafah dan 65 kali dalam bentuk idlafah. Dalam bentuk jamak, *nufus* disebut 2 kali, dan *anfus* disebut 158 kali. Sedangkan kata *tanaffas*, *yatanaffasu* dan *al-mutanaffisûn* masing-masing disebut hanya satu kali.

Dalam bahasa Arab, kata *nafs* mempunyai banyak arti, antara lain; ruh, diri manusia, hakikat sesuatu, darah, saudara, kepunyaan, kegaiban, ukuran samakan kulit, jasad, kedekatan, zat, mata, kebesaran dan perhatian.⁵⁰ Term *nafs* dalam al-Qur'an semuanya disebut dalam bentuk isim atau kata benda, yakni نَفْس، أنْفُس dan تنَفُس. Sedangkan kata تنَفُس dalam surat al-Takwir/ 81:18 (والصبح إذا تنفس) dan kata يتنفس dalam surat al-Mutaffifin/ 83:26 (فليتأنف المتأنفون), meskipun berasal dari kata نَفْس, kata jadian seperti itu tidak mempunyai hubungan langsung dengan *nafs*.

Kata *nafs* sebagaimana yang digunakan al-Qur'an mempunyai makna antara lain: (1) sebagai diri atau seorang, seperti yang tersebut di dalam surat Āli Imrān/ 3: 61, surat Yusuf/12: 54 dan surat al-Dzariyāt/ 51: 21; (2) sebagai diri Tuhan, surat al-An'am/ 61: 12, 54; (3) sebagai person sesuatu, dalam surah al-

⁴⁸ Lester D. Crow & Alice Crow, *Educational Psychology*, (New York: American Book Company, 1958), h. 7

⁴⁹ Lihat, Ustman Najati, *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*, (pen) Ahmad Rofi' Usmani, (Jakarta: Penerbit Pustaka, 1997), h. 7

⁵⁰ Ibn Manzur, *Lisan al-Arab*, (t.tp.: Dar al-Ma'arif, t.th), Jilid VI, h. 4500-1

Furqān/ 25: 3, surat al-An'am/6: 130; (4) sebagai *nafs*, surat al-An'am/6: 93; (5) sebagai jiwa, surat al-Syams/91: 7, al-Fajr/ 89: 27; (6) sebagai totalitas manusia, surat al-Mā'idah/ 5: 32, surat al-Qasash/ 28: 19, 33; (7) sebagai sisi dalam manusia yang melahirkan tingkah laku, surat al-Ra'ad/ 13: 11, surat al-Anfal/ 8: 53.

b) Nafs Sebagai Penggerak Tingkah Laku

Surat al-Ra'ad/13:10, mengisyaratkan bahwa manusia memiliki sisi dalam dan sisi luar:

سَوَاءٌ مِنْكُمْ مَنْ أَسْرَأَ الْقَوْلَ وَمَنْ جَهَرَ بِهِ وَمَنْ هُوَ مُسْتَخَفٌّ بِاللَّيْلِ وَسَارِبٌ بِالنَّهَارِ

Artinya: Sama saja (bagi Tuhan), siapa diantaramu yang merahasiakan ucapannya, dan siapa yang berterus-terang dengan Ucapan itu, dan siapa yang bersembunyi di malam hari dan yang berjalan (menampakkan diri) di siang hari." (Qs. al-Ra'ad/13: 10)

Kesanggupan manusia untuk merahasiakan (سرى/من أسر) dan berterus terang (جهر/ومن جهر) dengan ucapannya merupakan petunjuk adanya sisi dalam dan sisi luar dari manusia. Al-Qur'an juga menyebut adanya hubungan antara sisi dalam dan sisi luarnya. Jika sisi luar manusia dapat dilihat dari perbuatan lahirnya, maka sisi dalamnya berfungsi sebagai penggerak. Surat al-Syams/91:7, وما سواها, secara tegas menyebut *nafs* sebagai jiwa. Jadi sisi dalam manusia adalah jiwanya.

Al-Qur'an sekurangnya dua kali menyebut *nafs* sebagai sisi dalam yang mengandung potensi sebagai penggerak tingkah laku, yaitu pada surat al-Ra'ad/ 13:11 dan surat al-Anfal/8:53.

ذَٰلِكَ بِأَنَّ اللَّهَ لَمْ يَكُ مُغَيِّرًا نِّعْمَةً أَنْعَمَهَا عَلَىٰ قَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ ۗ وَأَنَّ اللَّهَ سَمِيعٌ عَلِيمٌ

Artinya: "(siksaan) yang demikian itu adalah Karena Sesungguhnya Allah sekali-kali tidak akan meubah sesuatu nikmat yang Telah dianugerahkan-Nya kepada suatu kaum, hingga kaum itu meubah apa-apa yang ada pada diri mereka sendiri[621], dan Sesungguhnya Allah Maha mendengar lagi Maha Mengetahui." (Qs. al-Anfal/8:53)

Pada surat al-Ra'ad/13:11 di atas, ada dua kalimat yang menunjukkan keadaan sesuatu pada kaum, yaitu kalimat ما يقوم dan ما بأنفسهم. Dalam kaidah bahasa Arab, huruf ما pada kalimat ما يقوم dan ما بأنفسهم mengandung arti berita (مأخوذية). Jadi ما يقوم artinya apa

yang ada pada sesuatu kaum, dan ما بأنفسهم artinya apa yang ada pada *nafs* atau sisi dalam mereka.

Di surat al-Anfal/8:53, lebih jelas disebutkan bahwa apa yang ada pada suatu kaum adalah nikmat Allah bagi mereka. Ayat sebelumnya, yaitu ayat 52, dan sesudahnya, ayat 54, secara jelas memberitakan pasang surut kejayaan dan keruntuhan Fir'aun dan orang-orang sebelumnya di mana siksaan Tuhan datang disebabkan oleh perbuatan mereka mendustakan-Nya. Jadi surat al-Anfal/8:53, mengisaratkan bahwa kejayaan suatu kaum tergantung kepada apa yang ada dalam *nafs* mereka, karena Tuhan tidak akan mencabut atau mendatangkan kesejahteraan begitu saja tanpa peran mereka, dan peran itu bersumber dari apa yang disebut *nafs*. Dengan demikian, *nafs* bisa dioptimalkan fungsinya untuk menggerakkan tingkah laku manusia melakukan perubahan-perubahan.

c) Kualitas dan Kapasitas Nafs

Al-Qur'an menegaskan bahwa pada dasarnya *nafs* diciptakan dalam keadaan sempurna. Sebagai perangkat dalam (ruhani) manusia, *nafs* dicipta secara lengkap, diilhamkan kepadanya kebaikan dan keburukan agar ia dapat mengetahuinya.

وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا
كَذَّبَتْ ثَمُودُ بِطَغْوَاهَا

Artinya: "Dan jiwa serta penyempurnaannya (ciptaannya). Maka Allah mengilhamkan kepada jiwa itu (jalan) kefasikan dan ketakwaannya. Sesungguhnya beruntunglah orang yang mensucikan jiwa itu dan Sesungguhnya merugilah orang yang mengotorinya (kaum) Tsamud Telah mendustakan (rasulnya) Karena mereka melampaui batas." (al-Syams/91:7-11)

Nafs adalah jauhar atau substansi yang menyebabkan manusia berbeda kualitasnya dengan makhluk yang lain, yakni yang menyebabkan manusia mampu menggagas, berpikir dan merenung, kemudian dengan gagasan dan pikirannya itu manusia mengambil keputusannya, dan dengan pikirannya itu manusia juga dapat menangkap rambu-rambu dan simbol-simbol yang membuatnya harus memilih jalan mana yang harus ditempuh. Menurut al-Qur'an, *nafs* memiliki kemerdekaan dan memiliki peluang apakah kemudian cenderung kepada kebaikan, atau cenderung kepada keburukan.

Kapasitas *nafs* tiap orang berbeda-beda, maka di samping ada *nafs* yang dipanggil untuk kembali kepada Tuhan dengan ridla dan diridlai, ada yang ditegus Tuhan karena tidak bisa mempertahankan kesucian nafsnya, dalam surat al-Infithar Allah berfirman:

عَلِمَتْ نَفْسٌ مَا قَدَمَتْ وَأَخَّرَتْ يَتَأَيُّهَا الْإِنْسَانُ مَا عَرَّكَ بِرَبِّكَ الْكَرِيمِ الَّذِي خَلَقَكَ فَسَوَّدَكَ
فَعَدَّلَكَ

Artinya: "Setiap *nafs* mengetahui apa yang telah dikerjakan dan apa yang telah dilaiikan. Wahai manusia, apa yang telah memperdayakanmu (berbuat durhaka) terhadap Tuhanmu yang Maha Pemurah? Yang telah menciptakan kamu lalu menyempurnakan kejadianmu dan menjadikanmu adil" (Qs. al-Infithar/82: 5-7)

Menurut al-Maraghi, kalimat *فَعَدَّلَكَ* artinya membuatmu seimbang badannya,⁵¹ sedangkan menurut Abdullah Yusuf Ali dalam *The Meaning of the Glorious Quran*, kalimat tersebut artinya membuatmu berprasangka adil, adil sepanjang argumen rasional dan perasaan spritual.⁵²

d) Tingkatan Kualitas Nafs

Al-Qur'an secara eksplisit menyebut tiga jenis *nafs*, yaitu (1) *al-nafs al-muthma'innah*, (2) *al-nafs al-lawwamah*, dan (3) *al-nafs al-ammarah bi al-su'*. Ketiga jenis *nafs* tersebut merupakan tingkatan kualitas, dari yang terendah hingga yang tertinggi. Ayat-ayat yang secara eksplisit menyebut ketiga jenis *nafs* itu adalah sebagai berikut:

يَتَأَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً فَادْخُلِي فِي عِبَادِي وَادْخُلِي جَنَّاتِي

Artinya: "Hai jiwa yang tenang Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridlai-Nya. Maka masuklah ke dalam golongan hambaku-Ku, dan masuklah ke dalam surga-Ku" (Qs. al-Fajr/89: 27-30)

لَا أَقْسِمُ بِيَوْمِ الْقِيَمَةِ وَلَا أَقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ

Artinya: "Aku bersumpah dengan hari kiamat, dan Aku bersumpah dengan jiwa yang amat menyesali (dirinya sendiri)" (Qs. al-Qiyamah/75: 1-2)

وَمَا أُبْرِئُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ

⁵¹ Ahmad Mushtafha al-Maraghi, *Tafsir al-Maraghi*, (Dar al-Ihya al-Turas al-Arabiya, 1985) Juz X, h. 66

⁵² Abdullah Yusuf Ali, *The Meaning of Glorious Quran*, (Beirut: Dar al-Kutub al-Lubnani, t.th.) h. 1701

Artinya: “Dan aku tidak membebaskan diriku (dari kesalahan), karena sesungguhnya *nafs* itu selalu menyuruh kepada kejahatan, kecuali *nafs* yang diberi rahmat oleh Tuhanku. sesungguhnya Tuhanku maha Pengampun lagi Maha Penyayang”. (Qs. Yusuf/12: 53)

Di samping itu, al-Qur’an juga menyebut term *نفس زكية* pada anak yang belum dewasa, seperti tersebut di dalam surat al-Kahfi/18:73:

فَانْطَلَقَا حَتَّىٰ إِذَا لَقِيَا غُلَامًا فَقَتَلَهُ قَالَ أَقْتَلْتَنِي بِغَيْرِ نَفْسٍ زَكِيَّةٍ لَّقَدْ جِئْتَ شَيْئًا نُّكْرًا

Artinya: “Maka berjalanlah keduanya; hingga ketika keduanya berjumpa dengan seorang anak, maka Khidir membunuhnya. Musa berkata: “Mengapa kamu bunuh jiwa yang suci, bukan karena dia membunuh yang lain? Sesungguhnya kamu telah melakukan sesuatu yang mungkar” (Qs. al-Kahfi/18: 74)

Dari empat tingkatan itu, dapat disimpulkan bahwa pada mulanya, jiwa itu suci (*zakiyah*). Ketika berinteraksi dengan lingkungan kehidupan, ada dua alternatif; pertama, jika ia meresponsnya secara positif, maka *nafs* itu dapat meningkat menjadi *nafs muthma’innah* setelah terlebih dahulu berproses dalam tingkatan *nafs lawwamah*. Kedua, jika ia merespons secara negatif, maka ia dapat turun menjadi *nafs ammarah*.

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Jiwa

a. Faktor Keturunan

Di dalam al-Qur’an, ditemukan sosok berkepribadian baik, produk dari pengaruh faktor keturunan (orang tua). Misalnya, kebaikan keturunan nabi Ibrahim as., yang menghasilkan Ismail as. dan Ishak as.,⁵³ kebaikan keturunan Imran yang menghasilkan Maryam, dan keturunan Maryam menghasilkan Isa as.,⁵⁴ kebaikan keturunan Adam as. dan Nuh as.,⁵⁵ kebaikan keturunan Ya’cub as. dan menghasilkan keturunan seperti Yusuf as.⁵⁶ Oleh karena itu, Islam menganjurkan ummatnya agar mempunyai keturunan yang berkepribadian tangguh, baik dan bukan keturunan yang lemah.⁵⁷

Lihat, Qs. al-Nisa/4 : 9

وَلْيَخْشَ الَّذِينَ لَوْ تَرْكُوا مِنْ خَلْقِهِمْ ذُرِّيَّةً ضِعْفًا خَافُوا عَلَيْهِمْ فَلْيَتَّقُوا اللَّهَ وَلْيَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا

Artinya: “ Dan hendaklah takut kepada Allah orang-orang yang seandainya meninggalkan dibelakang mereka anak-anak yang lemah, yang mereka khawatir

⁵³ Lihat, Qs. Ibrahim: 39-40; al-Shaffat: 100-113; al-Hadid: 26; al-Baqarah: 128; al-Ankabut: 27

⁵⁴ Lihat, Qs. Ali Imran/3: 37-42, 45

⁵⁵ Lihat, Qs. Maryam: 58; Ali Imran: 33

⁵⁶ Lihat, Qs. al-Ankabut: 27; Yusuf: 6-7

⁵⁷ Lihat, Qs. al-Nisa/4 : 9

terhadap (kesejahteraan) mereka. oleh sebab itu hendaklah mereka bertakwa kepada Allah dan hendaklah mereka mengucapkan perkataan yang benar.”

Perlu dicatat bahwa pada faktor keturunan, ada juga keturunan yang berkepribadian buruk, jahat dan zalim.⁵⁸

Qs. al-Shaffat/37 :113

وَبَرَكْنَا عَلَيْهِ وَعَلَىٰ إِسْحَاقَ وَمِنْ ذُرِّيَّتِهِمَا مُحْسِنٌ وَظَالِمٌ لِّنَفْسِهِ مُبِينٌ

Artinya: “Kami limpahkan keberkatan atasnya dan atas Ishaq, dan diantara anak cucunya ada yang berbuat baik dan ada (pula) yang zalim terhadap dirinya sendiri dengan nyata.”

Jadi, faktor ini bukan satu-satunya faktor yang mempengaruhi dan menentukan perkembangan jiwa individu, akan tetapi, dipengaruhi juga oleh faktor-faktor lain yang kompleks, seperti faktor lingkungan (empirik), dan potensi bawaan (heriditas).

b. Faktor Lingkungan

Banyak ayat al-Qur'an yang menjelaskan tentang peran lingkungan. Misalnya, seruan 'amr al-ma'ruf dan nahyu al-munkar',⁵⁹ belajar menuntut agama kemudian mendakwakan untuk orang lain,⁶⁰ seruan kepada orang tua agar memelihara keluarganya dari tingkah laku yang memasukkan ke dalam neraka,⁶¹ seruan melaksanakan shalat dan sabar, serta seruan untuk berjalan di atas bumi untuk melakukan observasi, dsb.

c. Faktor Bawaan

Al-Qur'an juga banyak membicarakan potensi-potensi bawaan. Misalnya bawaan memikul amanat,⁶² bawaan menjadi khalifah di muka bumi,⁶³ bawaan menjadi hamba Allah agar selalu beribadah kepadaNya,⁶⁴ bawaan untuk mentauhidkan Allah.⁶⁵ Juga faktor-faktor perbedaan individu, misalnya, perbedaan karunia yang diberikan,⁶⁶

⁵⁸Lihat, Qs. al-Shaffat/37 :113

⁵⁹Lihat, Q.s., Ali Imran/3: 38; al-Nisa'/4: 9; Ibrahim/14: 40; al-Ahqaf/46: 15

⁶⁰Lihat, Qs. al-Taubah/9: 122

⁶¹Lihat, Qs. al-Tahrim/66: 6

⁶²Lihat, Qs. al-Ahzab/33: 72

⁶³Lihat, Qs. al-Baqarah/2: 30

⁶⁴Lihat, Qs. al-Zariyat/51: 56

⁶⁵Lihat, Qs. al-A'raf/7: 172

⁶⁶Lihat, Qs. al-Nisa/4: 32

perbedaan kemampuan dan status,⁶⁷ perbedaan bakat, minat dan watak,⁶⁸ perbedaan jenis kelamin, bangsa dan negara,⁶⁹ bahasa dan warna kulit.⁷⁰

Nabi Musa as. dan permaisuri Fir'aun sekalipun berdomisili dan dibesarkan di lingkungan Fir'aun yang korup, namun tetap memiliki nafs imani yang kokoh.⁷¹ Begitu juga Ibrahim as. diasuh oleh pembuat patung untuk disembah, tetapi nafs tetap tegas dalam menyakini keberadaan Tuhan.⁷² Sebaliknya, Kan'an putra nabi Nuh as. berkepribadian kufur meskipun lingkungannya baik.⁷³ Abu Lahab dan istrinya meskipun mendapat prioritas dakwah Nabi Muhammad SAW namun tetap dalam kezaliman.⁷⁴

Dengan demikian jelas bahwa lingkungan bukanlah satu-satunya faktor yang mempengaruhi perkembangan jiwa. Tetapi secara keseluruhan faktor-faktor, seperti faktor lingkungan, potensi bawaan, dan keturunan turut mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan jiwa.

3. Metode Pendidikan Jiwa

Islam memberikan perhatian yang sangat besar terhadap pendidikan dan pembinaan manusia. Mendidik manusia adalah perintah yang diembankan oleh syari'at, karena ia bertujuan untuk meletakkan manusia di atas jalan yang lurus, yaitu jalan Allah. Sehingga, kehidupan duniawinya menjadi benar dan ia dapat hidup dengan spesifikasi orang yang berhak mendapat kemuliaan dari Allah. Juga agar kehidupan akhiratnya menjadi benar sehingga ia mendapatkan keridhaan Allah dan balasan yang baik.

Manusia harus dididik, diajar dan dituntun menuju kebenaran. Manusia adalah kesatuan dari ruh, nafs, akal, kalbu dan tubuh dsb. Kebutuhan potensi-potensi itu harus dipenuhi, diseimbangkan dan masing-masing harus diberikan kemampuan dan kesempatan untuk mengungkapkan energinya di bawah naungan syari'at Islam.

Ali Abdul Halim Mahmud, mengemukakan sedikitnya tiga unsur yang mejadi content pendidikan jiwa. *Pertama*, agar jiwa/ruh diberikan wirid, zikir dan aturan; *Kedua*, jiwa agar dilatih, diajar, dan dijadikan senang terhadap hal-hal yang memperkuat hubungannya dengan Allah; *Ketiga*, agar berpegang kepada sifat insan beriman, dalam diam, berbicara dan berbuat.⁷⁵

⁶⁷ Lihat, Qs. Hud/11: 93; al-Nisa/4: 32; al-Anam/6: 152; al-Baqara/2: 286

⁶⁸ Lihat, Qs. al-Isra'/17: 84

⁶⁹ Lihat, Qs. al-Hujurat/49: 13

⁷⁰ Lihat, Qs. al-Rum/30: 22

⁷¹ Lihat, Qs. al-Tahrim/66: 11; al-Syu'ara/26: 18

⁷² Lihat, Qs. al-An'am/6: 74

⁷³ Lihat, Qs. al-Maidah/5: 27

⁷⁴ Lihat, Qs. al-Lahab/111: 1-5

⁷⁵ Ali Abdul Halim Mahmud, *Pendidikan Ruhani*, (pen). Abdul Hayyie al-Khatani, (Jakarta: Gema Insani Press, 2000), h. 72

Pada dasarnya al-Qur'an diturunkan untuk memberi petunjuk kepada manusia; menyuruh mereka kepada akidah tauhid ; mengajari mereka nilai-nilai baru; membimbing mereka kepada tingkah laku yang lurus dan benar untuk kepentingan manusia dan kebaikan masyarakat; dan mengarahkan mereka kepada jalan yang benar, guna mengantarkannya kepada kesempurnaan insani, yang akan mewujudkan kebahagiaan hidup manusia di dunia dan di akhirat. Oleh karena itu, al-Qur'an mengubah pikiran manusia, kecenderungan, tingkah laku, memberi petunjuk, mengubah kesesatan dan kebodohan, mengarahkan kepada yang lebih baik, dan membekali mereka dengan pikiran-pikiran baru tentang misinya dalam kehidupan, nilai-nilai, moral dan kehidupan. Firman Allah SWT.

إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّذِينَ هُمْ أَقْوَمُ وَيُنْفِرُ الْمُؤْمِنِينَ الَّذِينَ يَعْمَلُونَ الصَّالِحَاتِ أَنَّ لَهُمْ أَجْرًا كَبِيرًا

Artinya: "Sesungguhnya al-Qur'an ini memberi petunjuk kepada (jalan) yang lebih lurus dan memberi kabar gembira kepada orang-orang mukmin yang mengerjakan amal shaleh bahwa bagi mereka ada pahala yang besar" (Qs. al-Isra/17: 9)

يَأْتِيهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ

Artinya: "Hai manusia, telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh dari penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman" (Qs. Yunus/10: 57)

Al-Qur'an telah memberikan pengaruh yang besar terhadap jiwa bangsa Arab. Ia telah mengubah kepribadian mereka secara total, juga mengubah moral, tingkah laku dan cara hidup mereka. Dari mereka, al-Qur'an telah membentuk individu-individu yang memiliki prinsip, keteladanan dan nilai-nilai kemanusiaan yang luhur serta membentuk suatu masyarakat yang bersatu, teratur dan bekerjasama.⁷⁶

Bagaimana al-Qur'an mendidik jiwa bangsa Arab dan mengubah kepribadian mereka adalah merupakan gambaran yang baik untuk menjelaskan pendidikan jiwa menurut al-Qur'an. Beberapa metode yang ditawarkan al-Qur'an dalam mendidik jiwa antara lain: *Pertama*, penanaman keimanan, akidah dan tauhid dalam jiwa, dan penanaman akar-akar ketakwaan dalam kalbu; *Kedua*, penetapan kewajiban berbagai ibadah yang menopang pelepasan jiwa dari tradisi sesat, membentuk kebiasaan baru yang terpuji, yang membantu pembentukan kepribadian yang lurus, seimbang dan utuh; *Ketiga*, memberi dorongan untuk belajar bersabar dalam menanggung derita kehidupan dengan jiwa yang tenang, yang memperkecil kemungkinan terjadinya ketegangan, merasa tidak senang dan perasaan gelisah. *Keempat*, memberi dorongan untuk selalu ingat akan Allah, yang akan membuat manusia merasa bahwa ia dekat

⁷⁶ Qs. al-Maidah/5: 2

dengan Allah, merasa di bawah lindungan dan penjagaan-Nya, serta penuh perasaan tenang dan tentram. *Kelima*, memberi dorongan untuk memohon ampun kepada Allah dan bertaubat kepada-Nya, membantu dalam melepaskan diri dari kegelisahan yang timbul dari perasaan berdosa.⁷⁷

a. Penanaman Keimanan, Akidah, Tauhid dan Ketakwaan

Sasaran pertama yang ingin diubah oleh al-Qur'an dalam jiwa (bangsa Arab) adalah aqidah (keyakinan). Karena itu ayat-ayat al-Qur'an yang diturunkan di Makkah pada periode pertama da'wah Islam, pada dasarnya bertujuan memperkuat aqidah tauhid.⁷⁸ Gaya bahasa, argumentasi rasional, kisah-kisah, ancaman dan harapan dan sebagainya mempunyai pengaruh yang besar terhadap penerimaan manusia kepada agama baru (Islam) dan keimanan mereka pada aqidah tauhid.

Keyakinan (*iman*) kepada aqidah tauhid ini merupakan langkah pertama dalam menimbulkan perubahan dalam kepribadian. Sebab, dengan aqidah yang benar, akan lahir dari dalam diri manusia tenaga spiritual yang besar yang akan mengubah konsepsinya tentang dirinya sendiri, orang lain, kehidupan, dan seluruh alam semesta.⁷⁹ Kemudian membekalinya dengan pengabdian kepada Allah, misinya dan mengisi kalbunya dengan cinta kepada Allah,⁸⁰ Rasulullah, orang-orang disekitarnya⁸¹ dan umat manusia pada umumnya, serta menciptakan perasaan damai dan tentram.

الَّذِينَ آمَنُوا وَلَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ أُولَٰئِكَ لَهُمُ الْأَمْنُ وَهُمْ مُسْتَقِيمُونَ

Artinya: "Orang-orang yang beriman dan tidak mencampur adukkan keimanan mereka dengan kezaliman, mereka itulah orang-orang mendapat ketenangan dan mereka adalah orang-orang yang mendapat petunjuk". (Qs. al-An'am/6: 82)

Dalam pengertian takwa, terkandung pengendalian manusia akan dorongan dan emosinya dan penguasaan atas kecenderungan hawa nafsunya. Dengan memenuhi dorongan-dorongan dalam batas-batas yang diperkenankan ajaran Islam. Selain itu, takwa juga mendorong manusia agar berlaku benar, adil, memegang amanah, bisa dipercaya, bergaul baik dengan orang lain dan menghindari permusuhan dan kezaliman.

يٰۤاَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اِنْ تَتَّقُوا اللَّهَ يَجْعَلْ لَّكُمْ فُرْقَانًا وَيُكَفِّرْ عَنْكُمْ سَيِّئَاتِكُمْ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ۗ

⁷⁷ Ustman Najati, *Op. Cit.*, h. 331

⁷⁸ Seperti surat al-Ikhlâs/ 112: 1-4, al-Fatihah/1: 5, al-Kafirun/109: 1-6

⁷⁹ Qs. al-'Asr/103: 1-3; al-Hasyr/59: 9; al-Hujurat/49: 10

⁸⁰ Qs. al-Majdah/5: 54

⁸¹ Qs. al-Hujurat/49: 2

Artinya: "Hai orang-orang yang beriman, jika kamu bertakwa kepada Allah, niscaya Dia akan memberikan kepadamu "furqan" dan menghapuskan segala kesalahan-kesalahanmu dan mengampuni dosa-dosamu..." (Qs. al-Anfal/8: 29)

Dengan demikian, ketakwaan merupakan salah satu faktor utama yang mengantarkan pada kematangan kepribadian, keutuhan, keseimbangan, dan mendorong manusia untuk mengembangkan dirinya menuju kesempurnaan manusiawi.

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا اتَّقُوا اللّٰهَ وَقُولُوْا قَوْلًا سَدِيْدًا يُصْلِحْ لَكُمْ اَعْمَلَكُمْ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوْبَكُمْ ۗ وَمَنْ يُطِيعِ
اللّٰهَ وَرَسُوْلَهُ فَقَدْ فَازَ فَوْزًا عَظِيْمًا

Artinya: "Hai orang-orang yang beriman bertakwalah kamu kepada Allah dan katakanlah perkataan yang benar, niscaya Allah memperbaiki bagimu amalan-amalanmu dan mengampuni dosamu. Dan barang siapa yang mentaati Allah dan Rasulnya maka sesungguhnya ia telah mendapat kemenangan yang besar" (Qs. al-Ahzab/33:70-71)

b. Penetapan Kewajiban Berbagai Ibadah

Dalam mendidik kepribadian manusia dan mengubah tingkah laku mereka, al-Qur'an memakai metode penerapan dan praktek pikiran, kebiasaan dan tingkah laku yang hendak ditanamkan dalam diri mereka. Oleh karena itu, Allah mewajibkan berbagai ibadah, shalat, puasa, zakat dan haji.

1) Ibadah Shalat

Shalat yang menghasilkan suasana tentram dan jiwa yang tenang, mempunyai dampak terapi yang penting dalam meredakan ketegangan syaraf yang timbul akibat berbagai tekanan kehidupan sehari-hari serta menurunkan kegelisahan. Rasulullah SAW pernah berkata kepada Bilal:

يا بِلَالُ اَرْحِنَا بِالصَّلَاةِ

Artinya: "Wahai Bilal, buatlah kami istirahat dengan shalat".⁸²

اَنْ رَّسُوْلَ اللّٰهِ صَلَّعَ كَانَ اِذَا حَزَبَهُ اَمْرٌ صَلَّى

Artinya: "Rasulullah SAW bila menghadapi persoalan berat, beliau melaksanakan shalat".⁸³

⁸² Ahmad dari Salim ibn Abi al-Ja'ad, dalam *Musnad al-Imam Ahmad ibn Hanbal*, (Beirut: Dar al-Sadir, t.th), jld. 5, hlm. 364-371

⁸³ Abu Dawud No. 1319, jil. 2 hlm. 35

Pengaruh shalat dalam menyembuhkan kegelisahan, sebagaimana yang dijelaskan oleh Usman Najati, sama dengan pengaruh yang ditimbulkan metode psikoterapi yang digunakan oleh sebagian psikiater behavioris modern dalam mengatasi kegelisahan. Mereka menggunakan metode "reciprocal inhibition" (pencegahan timbal balik), atau disebut juga "terapi santai"⁸⁴

وَأَسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ

Artinya: "Jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu. Dan sesungguhnya yang demikian itu sungguh berat, kecuali bagi orang-orang yang khusu'" (Qs. al-Baqarah/2: 45)

Setelah selesai shalat, biasanya seseorang langsung membaca tasybih dan berdo'a kepada Allah. Dengan berdo'a seseorang mengungkapkan berbagai problema yang membingungkan dan menggeliskannya, dan dalam keadaan yang tenang, akan membuatnya terbebas dari kegelisahan.

وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ

Artinya: Berdoalah kepada-Ku, niscaya akan ku perkenankan bagimu... (Qs. al-Mukmin/40: 60)

وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ

Artinya: "Dan apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku, maka (jawablah), bahwasanya Aku adalah dekat. Aku mengabulkan permohonan orang yang berdo'a kepada-Ku jika ia berdo'a kepada-Ku, maka bermohon dan berimanlah kepada-Ku semoga mereka mendapat petunjuk" (Qs. al-Baqarah/2: 186)

2) Ibadah Puasa

Puasa mendidik meluruskan jiwa dan menyembuhkan berbagai penyakit jiwa dan tubuh. Berlangsungnya latihan mengendalikan dan mengatasi hawa nafsu sebulan penuh setiap tahunnya, dan juga menanamkan semangat ketaqwaan. Firman Allah SWT

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ

⁸⁴ Usman Najati, *Op. Cit.* hlm. 232

Artinya: "Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana yang diwajibkan kepada orang-orang sebelum kamu agar kamu bertaqwa" (Qs. al-Baqarah/2: 183)

Maksudnya, "agar kamu bisa menjaga diri dari perbuatan maksiat, karena puasa dapat menundukkan hawa nafsu yang merupakan sumber kemaksiatan". Puasa mendidik manusia mempunyai kehendak dan kemauan yang kuat dan teguh, tidak hanya dalam mengendalikan hawa nafsu, tetapi juga dalam tingkah laku, melaksanakan tanggungjawab, melakukan kewajibannya dan menjalankan tugas. Puasa juga merupakan pendidikan bagi hati manusia, agar selalu konsisten terhadap tingkah laku yang baik.

Puasa juga merupakan latihan untuk berlaku sabar. Kesabaran merupakan penolong terbaik dalam menanggung beban berat perjuangan dalam kehidupan, mendidik jiwa dan melawan hawa nafsu.

وَأَسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ

Artinya: "Jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu. Dan sesungguhnya yang demikian itu sungguh berat, kecuali bagi orang-orang yang khusu'" (Qs. al-Baqarah/2: 45)

يَتْلَاهَا الَّذِينَ آمَنُوا أَصْبِرُوا وَصَابِرُوا وَرَابِطُوا وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ

Artinya: "Hai orang-orang yang beriman, bersabarlah kamu dan kuatkanlah kesabaranmu, dan bersiap siagalah dan bertaqwalah kepada Allah supaya kamu beruntung." (Qs. Ali Imran/3: 200)

Selain manfaat kejiwaan, puasa juga mempunyai manfaat medis dan penyembuhan berbagai penyakit fisik. Kesehatan fisik berpengaruh kepada kesehatan jiwa, pepatah mengatakan " akal yang sehat terdapat di dalam tubuh yang sehat".

3) Ibadah Zakat

Kewajiban zakat yang mengharuskan seorang muslim mengeluarkan sejumlah tertentu dari hartanya, untuk diberikan kepada fakir miskin, sebenarnya merupakan latihan baginya untuk menaruh belas kasihan kepada mereka yang membutuhkan, menolong dan membantu mereka dalam memenuhi kebutuhan primernya. Zakat juga memperkuat rasa kebersamaan emosional seorang muslim dengan kaum fakir miskin, membangkitkan rasa tanggung jawabnya terhadap mereka dan mendorongnya untuk membahagiakan mereka. Zakat juga melatih seseorang untuk membebaskan dirinya dari egoisme, cinta diri, sifat kikir dan tamak dan kasar terhadap kaum miskin. Firman Allah Swt:

وَالَّذِينَ يَكْتُمُونَ الذَّهَبَ وَالْفِضَّةَ وَلَا يَنْفِقُونَهَا فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَبَشِّرْهُمْ بِعَذَابٍ أَلِيمٍ

Artinya: "...dan mereka yang menumpuk-numpuk emas dan perak dan tidak menafkahkanannya di jalan Allah, maka berilah berita akan azab Allah yang maha pedih..."(Qs. al-Taubah/9: 34)

خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا وَصَلِّ عَلَيْهِمْ إِنَّ صَلَاتَكَ سَكَنٌ لَهُمْ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ

Artinya: "Ambillah sedekah (zakat) dari bagian harta mereka untuk membersihkan dan menyucikan mereka dengannya, dan do'akanlah mereka, karena do'amu akan memberikan ketenangan kepada mereka dan Allah Maha Mengetahui dan Maha Mendengar" (al-Taubah/ 9: 103)

Zakat dapat juga mengembangkan jiwa dengan berbagai kebaikan, moral maupun material. Imam Ahmad meriwayatkan dari Anas ra. Bahwa Rasulullah bersabda kepada salah seorang dari suku Tamim yang bertanya kepada beliau bagaimana ia harus menafkahkan hartanya, "Kau keluarkan zakat dari hartamu. Ia adalah harta suci yang menyucikanmu, menghubungkanmu dengan para kerabatmu dan menjadikanmu tahu akan hak orang miskin, tetangga dan orang-orang yang memerlukanmu".⁸⁵

d) Ibadah Haji

Haji juga mendidik jiwa dengan berbagai manfaat psikis yang besar artinya. Sebab, kunjungan seorang muslim ke kota Mekkah, Madinah dan tempat-tempat lainnya, akan membekalinya dengan suatu energi ruhani yang menyirnakan segala keruwetan dan problem kehidupan, dan memberinya perasaan damai tentram dan bahagia. Haji juga merupakan latihan bagi manusia untuk mampu menahan derita dan kesulitan. Dalam haji mereka harus membuka pakaian kebesarannya dan memakai pakaian haji yang sederhana, di mana tidak ada perbedaan ras, bahasa, warna kulit dan kedudukan.

الْحَجُّ أَشْهُرٌ مَعْلُومَاتٌ فَمَنْ فَرَضَ فِيهِنَّ الْحَجَّ فَلَا رَفَثَ وَلَا فُسُوقَ وَلَا جِدَالَ فِي الْحَجِّ وَمَا تَفْعَلُوا مِنْ خَيْرٍ يَعْلَمْهُ اللَّهُ وَتَزَوَّدُوا فَإِنَّ خَيْرَ الزَّادِ التَّقْوَىٰ وَاتَّقُوا بِأُولَىٰ إِلَٰهِكُمْ

Artinya: "(Musim) Haji adalah beberapa bulan yang ditentukan, barangsiapa yang menetapkan niatnya dalam bulan itu akan mengerjakan haji, maka tidak boleh rafas, berbuat fasik dan berbantah-bantahan dalam mengerjakan haji. Dan apa saja yang kamu kerjakan yang berupa kebaikan Allah mengetahuinya. Berbekallah dan

⁸⁵Sayid Sabiq, *Fiqh al Sunnah*, Vol I, (Beirut: Dar al Kita al-Arabi,tt), hlm. 329.

sebaik-baiknya bekal adalah taqwa dan bertaqwalah kepada-Ku wahai orang-orang yang berakal” (Qs. al-Baqarah/2: 197)

Atas dasar ini, haji merupakan pendidikan diri, di mana manusia berusaha mendidik dirinya, melawan hawa nafsu dan dorongan-dorongannya, melatih dirinya menanggung kesulitan, berbuat kebajikan dan mencintai sesama manusia. Pengetahuannya bahwa haji yang mabrur akan menghapus dosa, akan membuatnya pulang dengan dada lapang dan bahagia, penuh rasa aman dan tentram, yang kesemuanya akan memberinya kekuatan ruhaniyah luar biasa, sehingga membuatnya lupa akan berbagai kesulitan hidup, ketegangan syaraf dan kegelisahan.

4) Selalu ingat kepada Allah (zikir)

Mengingat Allah dengan mengucap tasbih, takbir istighfar dan doa, maupun dengan membaca al-Qur'an membuat jiwa bersih dan perasaan tenang dan tentram:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya: “(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah, ingatlah hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tentram” (Qs. al-Ra’ad/13:28)

Seorang yang membiasakan diri mengingat Allah akan merasakan bahwa ia dekat dengan Allah dan berada dalam perlindungan dan penjagaan-Nya. Dengan demikian, akan timbul pada dirinya perasaan percaya diri, teguh, tenang, tentram dan bahagia. Firman Allah:

فَاذْكُرُونِ أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ

Artinya: “Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya Aku ingat (pula) kepadamu” (Qs. al-Baqarah/2: 152)

Ingat kepada Allah (zikrullah), karena membangkitkan perasaan aman tentram dalam jiwa, tentu merupakan terapi bagi kegelisahan yang biasa dirasakan oleh seseorang pada saat mendapatkan dirinya lemah dan tidak mampu menghadapi tekanan dan bahaya kehidupan, tanpa sandaran dan penolong. Firman Allah Swt:

وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَمَةِ أَعْمَى

Artinya: “Dan barangsiapa yang berpaling dari mengingat-Ku, maka sesungguhnya baginya penghidupan yang sempit dan Kami akan engumpulkannya di hari kiamat dalam keadaan buta” (Qs. Taha/20: 124)

5) Memohon Ampun dan Bertaubat

Perasaan berdosa menyebabkan manusia merasa gelisah. Akibatnya akan timbul berbagai penyakit jiwa. Al-Qur'an membekali kita dengan suatu metode yang unik dalam menyembuhkan perasaan berdosa dan gelisah itu, yaitu dengan bertaubat. Sebab, taubat kepada Allah akan membuat diampuninya berbagai dosa dan menguatkan harapannya akan ridha' Allah, dan meredakan kegelisahannya. Taubat biasanya mendorong manusia untuk memperbaiki diri dan meluruskannya, sehingga tidak lagi terjerumus ke dalam kesalahan dan maksiat. Meningkatkan penghargaan dan kepercayaan terhadap diri sendiri, penerimaan diri, dan menimbulkan perasaan tentram dalam jiwa.

وَمَنْ يَعْمَلْ سُوءًا أَوْ يَظْلِمْ نَفْسَهُ ثُمَّ يَسْتَغْفِرِ اللَّهَ يَجِدِ اللَّهَ غَفُورًا رَحِيمًا

Artinya: "Dan barang siapa yang mengerjakan kejahatan dan menganiaya nafsnya, kemudian ia mohon ampun kepada Allah, niscaya ia mendapati Allah mahā Pengampun algi Maha Penyayang". (Qs. al-Nisa/4: 110)

Dengan metode-metode tersebut, al-Qur'an telah berhasil dalam mengatasi berbagai kelemahan dalam kepribadian kaum muslimin, dan juga dalam menanamkan sifat-sifat terpuji ke dalam jiwa mereka, yang semuanya ini membantu dalam pembentukan kepribadian secara benar, seimbang dan utuh.

C. Kesimpulan

Dari pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa: menurut al-Qur'an manusia adalah makhluk multi dimensi, di samping dimensi jasmani (*fisik*) manusia memiliki dimensi-dimensi dalam atau dimensi ruhani atau ruh (*spritual*) dan dimensi gabungan antara jasad dan ruh (*psikopisik*) yaitu nafs. Menurut al-Qur'an sistem nafs manusia berfungsi sebagai penggerak tingkah laku, ia merupakan substansi kualitas manusia yang mempunyai kapasitas untuk berfikir, merenung, mengambil keputusan dengan merdeka, dalam perkembangannya memiliki tingkatan kualitas; nafs zakiyah, nafs lawwamah, nafs ammarah dan nafs muthma'innah.

Al-Qur'an mengisyaratkan adanya beberapa faktor yang ikut mempengaruhi perkembangan jiwa yaitu; faktor keturunan, lingkungan, dan potensi bawaan. Lingkungan bukanlah satu-satunya faktor yang mempengaruhi perkembangan jiwa, begitu juga keturunan dan bawaan Tetapi, secara keseluruhan faktor-faktor tersebut masing-masing turut mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan jiwa.

Beberapa metode yang ditawarkan al-Qur'an dalam mendidik jiwa antara lain: dengan penanaman akidah dan ketakwaan; menetapkan kewajiban berbagai ibadah; memberi dorongan untuk bersabar dan selalu ingat akan Allah dan bertaubat kepadanya dsb. *Wa Allah a'lam bi al-sawab.*

Daftar Pustaka

- Ali, Abdullah Yusuf, *The Meaning of Glorious Quran*, Beirut Dar al-Kutub al-Lubnani, t,th.
- Ahmad dari Salim ibn Abi al-Ja'ad, dalam *Musnad al-Imam Ahmad ibn Hanbal*, Beirut: Dar al-Sadir, t,th
- Ali, Maulana Muhammad, *The Holy Qur'an, Arabic Text, Translation and Comentary*, Lahore: Ahmadiyah Anjuman Isha'at Islam, 1951.
- Al-Maraghi, Ahmad Mushtafha *Tafsir al-Maraghi*, Beirut: Dar al-Ihya al-Turas al-Arabiyah, 1985
- Al-Syinqithi, Muhammad Sadati, *al-Qalb fi al-Qur'an wa Asaruha fi Suluk al-Insan*, Riyad: Dar alam al-Kutun, 1993
- Crow, Lester D. Crow & Alice, *Educational Psychology*, New York: American Book Company, 1958
- Ibn Manzur, *Lisan al-Arab*, t,tp.: Dar al-Ma'arif, t,th
- Mahmud, Ali Abdul Halim, *Pendidikan Ruhani*, (pen). Abdul Hayyie al-Khatani, Jakarta: Gema Insani Press, 2000
- Najati, Ustman, *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*, (pen) Ahmad Rofi' Usmani, Jakarta: Penerbit Pustaka, 1997
- Sabiq, al- Sayid, *Fiqh al Sunnah*, Beirut: Dar al Kitab al-Arabi, tth



LEMBAR
HASIL PENILAIAN SEJAWAT SEBIDANG ATAU PEER REVIEW
KARYA ILMIAH : JURNAL ILMIAH

Judul karya ilmiah (artikel) : Metode Pendidikan Jiwa Perspektif Al-Quran.
 Jumlah Penulis : 1 Orang
 Status Pengusul : Penulis Pertama
 Dr. Muhammad Akmansyah, M.A.
 a. Nama Jurnal : Al-Tadzkiyyah
 b. Nomor ISSN : 1274763286
 c. Volume, nomor, bulan, tahun : 4; Juni 2012
 d. Penerbit : Prodi PAI FTK UIN RI Lampung
 e. DOI artikel (jika ada) : -
 f. Terindeks di : -
 g. Halaman : 91-107 (12 halaman)

Kategori Publikasi Jurnal Ilmiah : ☐ Jurnal ilmiah Internasional/Internasional Bereputasi
 (beri ✓ pada kategori yang tepat) ☐ Jurnal ilmiah Nasional Terakreditasi
☒ Jurnal Ilmiah Nasional

Hasil Penilaian Peer Review :

Komponen Yang dinilai	Nilai Maksimal Jurnal Ilmiah			Nilai Akhir yang diperoleh
	Internasional/Internasional Bereputasi	Nasional Terakreditasi	Nasional	
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	
a. Kelengkapan unsur isi artikel (10%)			8	0,8
b. Ruang lingkup dan kedalaman pembahasan (30%)			25	2,5
c. Kecukupan dan kemutakhiran data / informasi dan Metodologi (30%)			26	2,6
d. Kelengkapan unsur dan kualitas terbitan/jurnal (30%)			25	2,5
Total = (100 %)			84	
Nilai Pengusul				8,4

Catatan Penilaian artikel oleh Reviewer:

Artikel ini membahas beberapa metode pendidikan jiwa: yaitu dengan menggunakan ayat-ayat Al-Quran dan hadits, serta dengan menggunakan metode pembelajaran salah satu Al-Quran dan hadits yang relevan, yaitu surat Al-Baqarah ayat 177.

Bandar Lampung, 21 April 2017

Reviewer 1,



Prof. Dr. H. Sulthan Syahril, M.A.

NIP. 195606111983031001

Unit Kerja: UIN Raden Intan Lampung

LEMBAR
HASIL PENILAIAN SEJAWAT SEBIDANG ATAU PEER REVIEW
KARYA ILMIAH : JURNAL ILMIAH

Judul karya ilmiah (artikel) : Melode Pendidikan Jiwa Perspektif Al-Qur'an.
 Jumlah Penulis : 1 Orang
 Status Pengusul : Penulis Pertama
 Dr. Muhammed Akmansyah, M.A.
 a. Nama Jurnal : Al-Tadzkiyyah
 b. Nomor ISSN : 1274763296
 c. Volume, nomor, bulan, tahun : 4; Juni 2012
 d. Penerbit : Prodi PAI FTK UIN RI Lampung
 e. DOI artikel (jika ada) : -
 f. Terindeks di : -
 g. Halaman : 91-107 (12 halaman)

Kategori Publikasi Jurnal Ilmiah : ☐ Jurnal Ilmiah Internasional/Internasional Bereputasi
 (beri ✓ pada kategori yang tepat) ☐ Jurnal Ilmiah Nasional Terakreditasi
☒ Jurnal Ilmiah Nasional

Hasil Penilaian Peer Review :

Komponen Yang dinilai	Nilai Maksimal Jurnal Ilmiah			Nilai Akhir yang diperoleh
	Internasional/Internasional Bereputasi	Nasional Terakreditasi	Nasional	
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	
a. Kelengkapan unsur isi artikel (10%)			8	0,8
b. Ruang lingkup dan kedalaman pembahasan (30%)			26	2,6
c. Kecukupan dan kemutakhiran data / informasi dan Metodologi (30%)			26	2,6
d. Kelengkapan unsur dan kualitas terbitan/jurnal (30%)			25	2,5
Total = (100 %)			85	
Nilai Pengusul				8,5

Catatan Penilaian artikel oleh Reviewer:

Artikel ini menawarkan beberapa metode dlm mendidik jiwa, yaitu dg pemahaman agidah & keteguhan, berbagai ibadah, bersabar, selalu ingat Allah dan bertaubat kepadaNya. Metode tsb mepkan solusi al Qur'an dlm pengembangan jiwa shg penting utk & diketahui oleh para pendidik.

Bandar Lampung, 21 April 2017

Reviewer 2

Dr. Hj. Siti Fatimah, M.Pd.

NIP. 197211211998032007

Unit Kerja: UIN Raden Intan Lampung